

# Appelcake



## Ingrediënten voor een 1 cake:

- 150 g amandelmeel
- 120 g havermeel  
(= fijngemalen havermout)
- 1 grote koffielepel kaneel
- Of pas hoeveelheid aan naar eigen smaak
- 1 koffielepel bakpoeder
- 1 snuifje zout
- 3 (zoete) appels
- zeste van ½ citroen
- 4 eieren
- 50 ml magere melk
- Of plantaardige drink (bijv. sojamelk)
- 1 eetlepel honing
- optioneel voor de zoetekauwen:  
1 extra eetlepel bakbestendige zoetstof  
(bijv. Canderel)



## Bereidingswijze

- Verwarm de oven voor op 180°C.
- Neem een mengkom en vermeng hierin het amandel- met het havermeel, de kaneel, het bakpoeder en het zout.
- Schil de appels en snijd ze nadien in kleine blokjes. Voeg toe aan het meel.
- Snijd de citroenzeste iets kleiner en vermeng onder het appel-deegmengsel
- Neem een apart schaaltje en roer hierin de eieren los samen met de melk.
- Verwarm de honing en voeg samen met het eimengsel toe aan het deeg. Eventueel kan hierbij ook de zoetstof toegevoegd worden.
- Bekleed een cakevorm met bakpapier en giet er het deeg in. Bak gedurende 35 à 40 minuten in de oven.
- De gaartijd kan getest worden door met een (brei)naald (of gebruik een scherp mes) in de cake te prikken, kleeft er geen deeg meer aan de naald, is de cake klaar.
- Laat de cake volledig afkoelen alvorens uit de vorm te halen en aan te snijden.

---

## Tips

- Bewaar de appelcake gedurende 3 dagen in een afgesloten potje in de koelkast of gedurende 1 maand in de diepvries. Denk er aan om de appelcake eerst in individuele porties te snijden alvorens in te vriezen.
- Ter vervanging van kaneel, kunnen ook 'koek-en speculaaskruiden' gebruikt worden.



dit is bijvoorbeeld verkrijgbaar bij de albert heijn

- Dek de appelcake eventueel af met wat bakpapier wanneer hij te donker wordt en nog niet gaar is binnenin.

---

## Bron

- Gebaseerd op een recept uit het kookboek 'Fastfood 2' van Sandra Bekkari.